

A ALIENAÇÃO SOCIAL E O SEU IMPACTO NO BEM-ESTAR DOS ADOLESCENTES PORTUGUESES

Gina Tomé

Universidade de Lisboa / Faculdade de Motricidade Humana / Aventura Social
Universidade de Lisboa / Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB)

Tânia Gaspar

Universidade de Lisboa / Faculdade de Motricidade Humana / Aventura Social
Universidade de Lisboa / Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB)
Instituto de Psicologia e Ciências da Educação / Universidade Lusíada de Lisboa / CLISSIS

Cátia Branquinho

Universidade de Lisboa / Faculdade de Motricidade Humana / Aventura Social
Universidade de Lisboa / Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB)

Maria Letícia Oliveira

Universidade de Lisboa / Faculdade de Motricidade Humana / Aventura Social
Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul – PUCRS / Dinter/ FCR- Faculdade Católica de Rondônia

Margarida Gaspar de Matos

Universidade de Lisboa / Faculdade de Motricidade Humana / Aventura Social
Universidade de Lisboa / Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB)

Resumo: O objetivo do presente estudo foi analisar o impacto da alienação nos sentimentos de pertença a um grupo, relação com os amigos e bem-estar dos adolescentes portugueses. Participaram no estudo 5695 adolescentes portugueses, com média de idades de 15,46 anos ($DP=1,80$), que frequentavam o 8º, 10º e 12º ano de escolaridade em Portugal continental, no âmbito do estudo do Health Behaviour in School aged Children (HBSC). Foram realizados dois modelos de path análise, um para o grupo de adolescentes mais resiliente e um para o grupo menos resiliente, onde se verificou que o impacto negativo da alienação social no bem-estar dos adolescentes foi maior no grupo menos resiliente. A relação com os amigos surge associada a menos alienação social, assim como os sentimentos de pertença a um grupo, em ambos os grupos de resiliência, no entanto no grupo menos resiliente o impacto dos sentimentos de pertença diminui enquanto o impacto da relação com os amigos aumenta. O impacto negativo da alienação social no bem-estar dos adolescentes é evidente e torna-se essencial promover competências que previnam essas consequências e promovam o bem-estar dos adolescentes. A resiliência surge como um fator de proteção para as consequências negativas da alienação social. Os resultados apresentados reforçam a necessidade de implementar entre os adolescentes programas que promovam as suas competências pessoais e sociais com ênfase na resiliência.

Palavras-chave: Alienação social, Bem-estar, Resiliência.

Abstract: The aim of this study was to analyse the social alienation impact on the feelings of belonging to a group, friends' relationships and wellbeing of Portuguese adolescents. Methods: A total of 5695 Portuguese adolescents with a mean age of 15.46 ($SD=1.80$), attending the 8th, 10th and 12th years of schooling in mainland Portugal were included in the Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study. Two models of path analysis were executed, one for the more resilient group of adolescents and one for the less resilient group, where it was found that the negative impact of social alienation on adolescents' wellbeing was greater in the less resilient group. The friend's relationship appears associated with less social alienation, as well as the feelings of belonging to a group, in both groups of resilience, nevertheless in the less resilient group the impact of the feelings of belonging reduces while the impact of the relation with the friends increases. The negative impact of social alienation on the wellbeing of adolescents is evident and it is essential to promote skills that prevent these consequences and promote the well-being of adolescents. Resilience emerges as a protective factor for the negative consequences of social alienation. Presented results strengthen the need to implement among adolescents' programs that promote their personal and social skills with emphasis on resilience.

Keywords: Social alienation, Wellbeing, Resilience.

Introdução

O conceito de alienação foi estudado especialmente em filosofia social, psicologia e sociologia, sendo utilizado para identificar sentimentos de indiferença do eu ou da sociedade, desespero, isolamento, desafeto, despersonalização, falta de sentimentos de pertença à comunidade ou à sociedade (Hoy, 1972). Arora (2014), considera que a alienação refere-se à descrição de um estado social aonde se verifica para além da falta de sentimentos de pertença, a ausência ou a rutura das normas sociais. É essencialmente um conceito sociológico que se refere a uma condição de baixo nível de integração de relações sociais e um elevado nível de distância social ou isolamento.

O impacto da alienação na saúde mental, bem-estar e nos comportamentos de risco dos adolescentes tem sido analisado em diversos trabalhos. Tomé e colaboradores (2016; 2018) verificaram que os adolescentes com mais sentimentos de alienação social revelaram maior envolvimento em comportamentos de risco e menor bem-estar. Rayce, Holstein e Kreininer (2009) observaram que os adolescentes com mais sentimentos de alienação apresentavam mais sintomas físicos e psicológicos.

É importante prevenir o impacto dos sentimentos de alienação na saúde e bem-estar, promovendo competências pessoais e sociais entre os adolescentes. De acordo com a American Psychological Association (2014), a resiliência é o processo de adaptação bem-sucedida face à adversidade, trauma, tragédia, ameaças ou fontes significativas de stress. A investigação na área tem indicado que níveis elevados de resiliência estão associados a níveis mais baixos de depressão, stress, ansiedade, violência e abuso de substâncias (Wang, Zhang, & Zimmerman, 2015).

Tendo em consideração a importância da prevenção dos problemas associados à alienação social entre os adolescentes portugueses, o presente estudo tem como objetivo analisar o impacto da alienação social no bem-estar dos adolescentes portugueses.

Método

Este trabalho está integrado no Health Behaviour in School aged Children/HBSC (Inchley et al., 2016; Matos et al., 2015, 2018), que é um

inquérito realizado de 4 em 4 anos em 48 países, em colaboração com a Organização Mundial de Saúde, seguindo um protocolo internacional (Roberts et al., 2009).

Pretende estudar os comportamentos dos adolescentes nos seus contextos de vida e a sua influência na sua saúde/ bem-estar. São apresentadas questões relacionadas com aspetos demográficos, família, escola, amigos, saúde, bem-estar, sexualidade, alimentação, lazer, sono, sedentarismo, atividade física, consumo de substâncias, uso de medicamentos, violência, uso de tecnologias, migrações e participação social. Portugal está incluído desde 1998 (www.aventurasocial.com).

O estudo HBSC 2018 em Portugal teve a aprovação de Comissão de Ética e do MIME (Monitorização de Inquéritos em Meio Escolar). Os agrupamentos escolares aceitaram participar e foi obtido consentimento informado dos pais ou tutores legais. As respostas ao inquérito (online) foram voluntárias e anónimas.

Participantes

O estudo HBSC de 2018 incluiu 8215 alunos, de 42 agrupamentos e 476 turmas aleatoriamente selecionados, com uma média de idades de 14,36 anos ($DP=2,28$), 52,7% do género feminino, das 5 regiões educativas de Portugal Continental, sendo os resultados representativos para os alunos do 6º, 8º, 10º e 12º anos.

Neste trabalho específico serão incluídos 5695 adolescentes, dos quais 46,1% são rapazes e 53,9% meninas, com uma média de idades de 15,46 anos ($DP=1,80$). No que diz respeito ao ano de escolaridade, 48,6% frequentam o 8º ano, 30,0% o 10º ano e 21,4% o 12º ano e estão distribuídos proporcionalmente pelas 5 regiões educativas do Continente (Norte, Centro, Lisboa e Vale do Tejo, Alentejo e Algarve).

Medidas e Variáveis

Para analisar a associação entre a alienação social, o bem-estar e a relação dos adolescentes com os amigos, foram utilizadas variáveis associadas às relações interpessoais dos adolescentes com os amigos, aos sentimentos de pertença a um grupo e variáveis associadas ao bem-

-estar geral dos adolescentes, como a satisfação com a vida, felicidade, sintomas psicológicos e tristeza. As variáveis de intervalo foram padronizadas através do zscore, com o objetivo de serem tratadas como variáveis contínuas (felicidade, tristeza). As variáveis utilizadas, assim como as recodificações realizadas encontram-se na tabela 1.

Tabela 1 – Variáveis utilizadas no estudo

Variável	Opções de Resposta	Opção de resposta utilizada	Alpha de Cronbach
Resiliência	Escala com 18 itens, com pontuação de 1 a 5; Pontuação mínima 18 e pontuação máxima 72;	Escala recodificada para valores mais elevados maior resiliência. Escala dividida em dois grupos, através do percentil noventa, em mais e menos resiliência.	.93
Sentimentos de Pertença	Escala com 8 itens, com pontuação de 1 a 5; Pontuação mínima 8 e pontuação máxima de 40; Valores mais elevados indicam maiores sentimentos de pertença.	Somatório	.95
Alienação Social	Escala com 10 itens, com pontuação de 1 a 5; Pontuação mínima 10 e pontuação máxima de 50, valores mais elevados revelam mais sentimentos de alienação	Somatório	.56
Sintomas Psicológicos Nos últimos 6 meses, com que frequência sentiste o seguinte: d) Tristeza; e) Irritação e mau Humor; f) Nervosismo; j) Medo	Escala de sintomas psicológicos	Escala de sintomas psicológicos, recodificada quanto maior for o valor mais sintomas psicológicos.	.79
Relação com amigos A figura seguinte representa uma escada. O topo da escada é "10" e representa muito boa relação com os teus AMIGOS, o fundo da escada é "0" e representa muito má relação com os teus AMIGOS.	0 - Muito má relação com os amigos; 10 - Muito boa relação com os amigos.	Escala	_____

Variável	Opções de Resposta	Opção de resposta utilizada	Alpha de Cronbach
Satisfação vida A figura seguinte representa uma escada. O topo da escada é "10" e representa a melhor vida possível para ti, o fundo da escada é "0" e representa a pior vida possível para ti.	0 - Pior vida possível; 10 - Melhor vida possível.	Escala	_____
Felicidade No geral como te sentes presentemente em relação à vida?	1 - Sinto-me feliz; 2 - Sinto-me feliz; 3 - Sinto-me pouco feliz; 4 - Sinto-me infeliz.	1 - Sinto-me infeliz; 2 - Sinto-me pouco feliz; 3 - Sinto-me feliz; 4 - Sinto-me feliz. (Zscore)	_____
Tristeza Nos últimos 6 meses, com que frequência sentiste o seguinte: Uma tristeza tão grande que parece que não aguentas	1 - Quase todos os dias; 2 - Mais do que 1 vez por semana; 3 - Quase todas as semanas; 4 - Quase todos os meses; 5 - Raramente ou nunca.	Zscore	

Análise de dados

Os dados foram analisados usando o SPSS versão 24 para Windows. Para se verificar a associação entre a alienação social, as relações interpessoais dos adolescentes e as variáveis associadas ao bem-estar, para os adolescentes mais resilientes e para os adolescentes menos resilientes, foram realizados dois modelos de path análise, um modelo para o grupo de adolescentes mais resiliente e um modelo para o grupo de adolescentes menos resilientes.

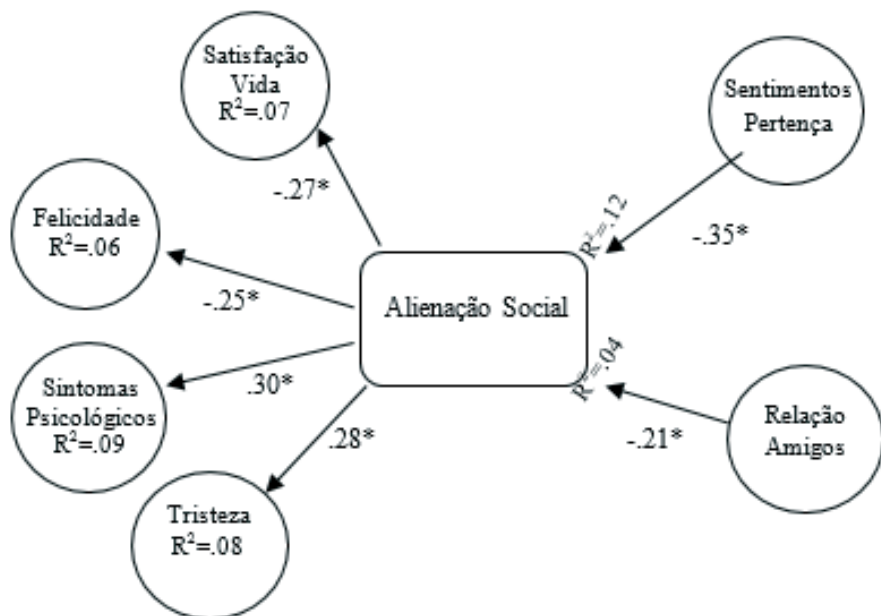
Resultados

Foram realizados dois modelos de path análise com o objetivo de se verificar o impacto da alienação no bem-estar, no relacionamento com os amigos e nos sentimentos de pertença entre os adolescentes mais resilientes e os adolescentes menos resilientes. A escala da resiliência é composta por 18 itens e foi dividida em dois grupos com ponto de corte no percentil 90, criando o grupo mais resiliente e o grupo menos resiliente. A variável que avalia a alienação social foi inserida nos modelos de regressão linear como variável dependente para a relação com os

amigos e para os sentimentos de pertença e como variável independente para os indicadores de bem-estar.

O modelo realizado para o grupo de adolescentes mais resiliente revela uma associação significativa e negativa entre a alienação social e os sentimentos de pertença ($b=-.35$, $t(41,11)=-6,58$, $p=.000$) e a relação com os amigos ($b=-.21$, $t(20,23)=-3,82$, $p=.000$), indicando que quanto mais satisfeitos com a relação com os amigos e mais sentimentos de pertença, menos sentimentos de alienação social têm os adolescentes. Relativamente ao impacto da alienação social no bem-estar dos adolescentes, o modelo revela uma associação significativa e negativa entre a alienação social e a satisfação com a vida ($b=-.27$, $t(21,13)=-5,03$, $p=.000$) e à felicidade ($b=-.25$, $t(22,08)=-4,77$, $p=.000$) e uma associação positiva entre a alienação e os sintomas psicológicos ($b=.30$, $t(1,88)=5,84$, $p=.000$) e a tristeza ($b=.28$, $t(-.16)=5,41$, $p=.000$), indicando que quanto maior os sentimentos de alienação social menos satisfeitos e felizes estão os adolescentes e por outro lado mais sintomas psicológicos e tristeza sentem (figura 1).

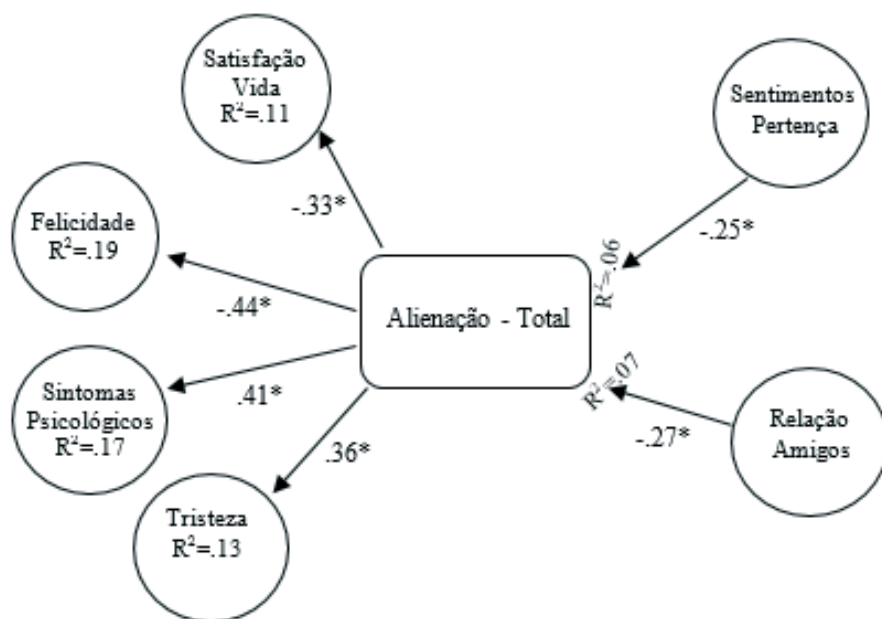
Figura 1 – Path análise Alienação Social para Grupo de Adolescentes Mais Resiliente



* $p \leq .001$

O modelo realizado para o grupo de adolescentes menos resiliente apresenta resultados que vão no mesmo sentido do grupo mais resiliente (figura 2), no entanto verifica-se um aumento do impacto da alienação social nos indicadores de bem-estar nos adolescentes menos resilientes e por outro lado a diminuição do impacto dos sentimentos de pertença nos sentimentos de alienação social neste grupo e o aumento do impacto da relação com os amigos, indicando que a relação com os amigos é mais protetora para os sentimentos de alienação nos adolescentes do grupo menos resiliente (figura 2).

Figura 2 – Path análise Alienação para Grupo de Adolescentes Menos Resiliente



* $p \leq .001$

Discussão

O objetivo deste estudo foi analisar o impacto da alienação social na relação com os amigos, sentimentos de pertença a um grupo e bem-estar dos adolescentes portugueses.

Os sentimentos de alienação entre os adolescentes portugueses

é um tema pouco investigado, no entanto tem revelado um impacto negativo na saúde e comportamento dos adolescentes (Tomé et al., 2015;2018; Rayce et al., 2009). Os resultados encontrados vêm reforçar esse impacto, indicando que os adolescentes com mais sentimentos de alienação sentem-se menos satisfeitos com a vida e menos felizes, com mais sintomas psicológicos e mais tristeza. Por outro lado, a relação com os amigos e os sentimentos de pertença surgem como tendo um papel essencial na redução dos sentimentos de alienação social, mostrando uma associação negativa com os sentimentos de alienação.

É conhecido em diversos estudos o papel importante que as relações interpessoais têm na saúde e bem-estar, tendo os amigos um papel de destaque ao longo da adolescência (Tomé et al., 2013; 2012), assim como os sentimentos de pertença a um grupo (Arora, 2014). Neste estudo é visível que os amigos ganham uma importância ainda maior quando os adolescentes são menos resilientes, o que evidencia a necessidade de promover junto dos adolescentes as suas competências pessoais e sociais, tornando-os mais resilientes e consequentemente promovendo o seu bem-estar e saúde mental.

A separação do modelo em dois grupos (mais resiliente e menos resilientes) demonstra a importância que a resiliência tem na promoção do bem-estar dos adolescentes. No grupo menos resiliente, o impacto da alienação social torna-se mais elevado na satisfação com a vida, felicidade, nos sintomas psicológicos e nos sentimentos de tristeza. As escolas constituem contextos de eleição para a implementação de programas de promoção da resiliência e prevenção de problemas de saúde mental. Alguns estudos de revisão do impacto dos programas nesta área mostram resultados positivos neste campo, quer para intervenções universais, quer para intervenções seletivas, ao nível da prevenção de problemas de saúde mental, quer na promoção da saúde mental (Simões, 2018).

Os resultados apresentados acentuam a necessidade de implementar entre os adolescentes, programas que promovam as suas competências pessoais e sociais com ênfase na resiliência, de forma a prevenir sentimentos de alienação social e as suas consequências na saúde e bem-estar. Acentua ainda a necessidade das políticas públicas se certificarem que aos adolescentes são dadas oportunidades de uso cons-

trutivo do seu tempo livre, de relações interpessoais positivas, e de experiências pessoais de sucesso e controlo sobre as suas vidas, de modo a não exacerbar esta perceção de alienação social que como vimos tem um efeito negativo sobre o bem estar na adolescência.

Agradecimento: Gina Tomé é apoiada pela Bolsa FCT (SFRH/BPD/108637/2015). Cátia Branquinho é apoiada pela Bolsa da ULisboa (BD N° 800178).

Referências

- American Psychological Association. (2014). *The road to resilience*. American Psychological Association. Retrieved from <http://www.apa.org/helpcenter/road-resilience.aspx>
- Arora, P. (2014). Self-Efficacy and Emotional Intelligence as Redictors of Alienation among Graduates. *International Journal of Innovative Research and Development*, 3(8), 258-262.
- Hoy, W. (1972). Dimensions of Student Alienation and Characteristics of Public High Schools. *Interchange*, 4(3), 38-52.
- Inchley, J. C., Currie, D. B., Young, T., Samdal, O., Torsheim, T., Augustson, L., Barnekow, V. (Eds.) (2016). *Growing up unequal: gender and socioeconomic differences in young people's health and well-being: Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: international report from the 2013/2014 survey*. Denmark: WHO Regional Office for Europe.
- Matos, M. G., Simões, C., Camacho, I., Reis, M., & Equipa Aventura Social (2015). *A Saúde dos Adolescentes em Tempo de Recessão - Dados nacionais do estudo HBSC de 2014 - Relatório do estudo HBSC 2014* (www.aventurasocial.com).
- Matos, M. G., & Equipa Aventura Social (2018). *A Saúde dos Adolescentes após a Recessão - Dados nacionais do estudo HBSC de 2018 ebook*, (www.aventurasocial.com).
- Rayce, S. L., Holstein, B. E., & Kreiner, S. (2009). Aspects of alienation and symptom load among adolescents. *Eur J Public Health*, 19(1), 79-84. doi: 10.1093/eurpub/ckn105
- Roberts, C., Freeman J., Samdal, O., Schnohr C., Looze, M., Nic Gabhainn S., Iannotti, I., Rasmussen M., & Matos, M.G. in the International HBSC study group (2009). The Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: methodological developments and current tensions. *International Journal of Public Health*, 54(2), 140-150.
- Simões, C. (2018). Resiliência, In Camacho, Tomé, Gomes, Matos & Equipa Aventura Social (eds). *Relatório ES'COOL I – Saúde Mental em Teoria* (Etapa I). Disponível em http://aventurasocial.com/arquivo/1531479145_Relatorio_1_EsCool.pdf
- Tomé, G., Matos, M., Camacho, I., Simões, C., & Diniz, J. A. (2013). The Lack of Friends amongst Adolescents and Well-Being. *International Journal of Science*, 2(11), 43-51.
- Tomé, G., Matos, M., Simoes, C., Diniz, J. A., & Camacho, I. (2012). How can peer group influence the behavior of adolescents: explanatory model. *Glob J Health Sci*, 4(2), 26-35.

- Tomé, G., Matos, M. G., Camacho, I., Simões, C., Reis, M., Ramiro, L., & Gomes, P. (2016). Alienation and Well-Being in Adolescents. Social Isolation Is a Risk? *IJSRM Human*, 5(1), 1-14.
- Tomé, G., Matos, M. G., Camacho, I., Simões, C., Reis, M., & Gomes, P. (2018). Alienation and Health in Adolescents: An Original Evaluation Tool. *Open Access Library Journal*, 5, e4183. <https://doi.org/10.4236/oalib.1104183>
- Wang, J. L., Zhang, D. J., & Zimmerman, M. A. (2015). Resilience theory and its implications for chinese adolescents. *Psychol Rep*, 117(2), 354-375. doi: 10.2466/16.17. PRO.117c21z8Journal, 5, e4183. <https://doi.org/10.4236/oalib.1104183>